



XXIV AYUNTAMIENTO
TIJUANA
2 0 2 1 - 2 0 2 4

DIRECCIÓN DE PROTECCIÓN CIVIL

Edificio "Lic. José Federico Benítez López"
Av. Guadalupe I. Ramírez y Segunda Sur S/N,
Col. Del Río Parte Alta, Delegación Otay Centenario
Tijuana, Baja California, C.P. 22350

Teléfonos: (664) 683-9112, 607-7781, 683-0908

www.proteccioncivil.tijuana.gob.mx

proteccioncivil@tijuana.gob.mx



/dmpctj

MARQUE EN CASO DE
EMERGENCIA

911



PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIA INCLUSIVO



PROTECCIÓN CIVIL
H. AYUNTAMIENTO TIJUANA, B.C.

PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIA INCLUSIVO

Esta guía contiene las acciones o medidas que los organismos de respuesta, familiares y personas deberán realizar ante la presencia de una emergencia o desastre, tomando en cuenta las condiciones y necesidades de las personas con discapacidad.

Acciones Generales de atención de las personas con discapacidad ante una emergencia o desastre.

- 1 Elabore un plan de emergencia inclusivo en su domicilio, identificando los lugares y rutas seguras a nivel interno y externo.
- 2 Disponga de una mochila de emergencia con los siguientes elementos:
 - ☞ Papel higiénico, bolsas de plástico, encendedor, lámpara y radio de baterías, pilas, silbato, libreta de apuntes, directorio de contactos, copia de documentos importantes, duplicado de llaves, cambio de ropa completa, botiquín, gel antibacterial, medicamentos, alimento en conserva y agua para beber, esto al menos para 72 horas.
- 3 No olvide incluir los elementos para las personas con discapacidad como: medicamentos, tarjetón o credencial de discapacidad, identificación de la persona discapacitada, indicaciones médicas, nombre y números de contacto del responsable, médico y números de emergencia.



Persona que presta ayuda:

- Explique lo que está sucediendo y ofrezca ayuda.
- De instrucciones cortas, claras y sencillas.
- Tenga mucha paciencia para comprender lo que dice y lo que necesita.
- Si la vivienda llega a inundarse se debe ubicar a la persona con discapacidad sobre las mesas o lugares altos.
- Ayude a la evacuación de manera ordenada y segura.
- Evite los movimientos bruscos durante el transporte o movilización al evacuar a una zona segura.
- En caso de incendio, no abra puertas y ventanas ya que el fuego se intensifica con el aire.
- Las personas con discapacidad intelectual suelen adoptar la actitud de quien la ayuda, es por ello que debe permanecer tranquilo y seguro con las acciones que va a realizar.
- En el caso de que la persona con discapacidad requiera de atención médica se debe pedir ayuda inmediata a las instituciones de emergencia.

A continuación se encuentra el formato ejemplo para elaborar el **PLAN DE EMERGENCIA INCLUSIVO**, que deberá ser llenado por la persona discapacitada, conjunto al familiar o cuidador responsable de él o ella.

A form titled 'PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIA INCLUSIVO'. It includes fields for 'Fecha', 'Dirección', and 'Teléfono'. There are sections for 'PERSONAS IDENTIFICADAS' with a grid for names and phone numbers, 'CROQUIS DE LA VIVIENDA' with a house diagram, 'MOCHILA DE EMERGENCIA' with a checklist of items, and 'MIEMBROS DE LA FAMILIA' with a grid for names and phone numbers. Logos for 'TIJUANA' and 'PROTECCIÓN CIVIL' are at the bottom.

Descárgalo en:
www.proteccioncivil.tijuana.gob.mx



evacuación solicítela.

- Disponer de una linterna en la silla de ruedas, así en caso de suspensión del fluido eléctrico podrá contar con iluminación.
- En caso de incendio, no abra puertas y ventanas, ya que el fuego se intensifica con el aire y diríjase a una zona segura del fuego o humo.

Persona que presta ayuda:

- Identifíquese inmediatamente y ofrezca ayuda.
- Movilice a la persona con discapacidad física guiándola cuidadosamente.
- Sujetar y bajar de espaldas a la persona con discapacidad física que utilice silla de ruedas garantizando su seguridad.
- Emplee técnicas de apoyo al evacuar a la persona con discapacidad (de ser posible entre dos personas tomen su silla y evacuen).
- Si la persona se moviliza con ayuda de muletas o andadores, no toque sus muletas, son su punto de apoyo al evacuar a una zona segura.
- Procure ser descriptivo a cerca de lo que está sucediendo.
- No deje sola a la persona sin advertencia previa.
- En caso de que la persona con discapacidad requiera de atención se debe pedir ayuda inmediata a las instituciones de emergencia.

DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Persona con discapacidad:

- Manténgase informado acerca de las condiciones climatológicas, para considerar medidas de prevención en caso de presentarse una emergencia.



ACCIONES ESPECÍFICAS DE ATENCIÓN A PERSONAS CON DISCAPACIDAD SEGÚN EL EVENTO.

A continuación se presentan las medidas de protección que deberán tener las personas con discapacidad, así como las medidas que deberán tomar; los familiares, cuidadores o personas que presten ayuda ante la presencia de alguna contingencia o desastre.

DISCAPACIDAD VISUAL

Persona con discapacidad:

- Manténgase informado acerca de las condiciones climatológicas, para considerar medidas de prevención en caso de presentarse una emergencia.
- Siga las instrucciones de las autoridades correspondientes.
- Si tiene que evacuar, muévase lentamente y compruebe si hay obstáculos en el camino a las zonas seguras y refugios temporales.
- En caso de peligro de inundación, manténgase alejado del agua o de las zonas de riesgo.
- En caso de percibir olor a quemado o presencia de humo, trate de alejarse de él gateando hacia una zona segura, haga un mapa mental de su casa y diríjase a los lugares donde haya menos riesgo.
- Llame la atención de la gente con gritos o use un silbato para solicitar ayuda.



Persona que presta ayuda:

- Identifíquese inmediatamente, con claridad y ofrezca ayuda.
- Remueva obstáculos que puedan dificultar o impedir la evacuación.
- Describa el entorno y escenario en el cual se encuentra.
- En caso de requerir ayuda, ofrezca el hombro, NO le tome de su brazo, ni del bastón ya que se guía por los movimientos de su cuerpo.
- Debes utilizar palabras claras de guía como: izquierda, derecha, adelante, atrás, arriba, abajo.
- Procure ser descriptivo acerca de lo que esté sucediendo.
- No dejes a la persona sola, sin una advertencia previa.
- Si es necesario evacuar, hágalo de manera ordenada y segura.
- En el caso de que la persona con discapacidad requiera atención médica se debe marcar inmediatamente al 066.
- En caso de incendio, no abra las puertas y ventanas, ya que el fuego se intensifica con el aire.
- Si está preparado y cuenta con los medios intente controlar el fuego.

DISCAPACIDAD AUDITIVA

Persona con discapacidad:

- Manténgase informado acerca de las condiciones climatológicas, para considerar medidas de prevención en caso de presentarse una emergencia.
- Siga paso a paso su plan de emergencia inclusivo.
- Si tiene que evacuar, muévase lentamente y de manera segura a los puntos de reunión previamente establecidos.
- Si la vivienda llega a inundarse, ubíquese sobre mesas o lugares altos.
- Utilice una linterna y silbato para señalar donde se encuentra



en caso de quedarse atrapado.

- En caso de incendio no abra puertas y ventanas ya que el fuego se intensifica con el aire.
- Si la emergencia es un incendio, evacue gateando, cubra nariz y boca con un pañuelo o tela humedecida

Persona que presta ayuda:

- Ofrezca su ayuda y espere a ser aceptada.
- Informe a la persona con discapacidad auditiva sobre la emergencia con un toque leve en el hombro o el sistema de alerta previamente establecido.
- Utilice una linterna para guiar a la persona con discapacidad.
- Sitúese frente a la persona y hágale de una forma clara y sencilla articulando cada palabra para una mejor comprensión, recuerde que algunas personas tienen la habilidad de leer los labios.
- Si resulta difícil entender lo que la persona con discapacidad quiere decir, pídale que repita o escriba.
- Verificar si el dispositivo de audición se encuentra en buenas condiciones (en caso de contar con este).
- En el caso de que la persona requiera de atención se debe pedir ayuda inmediata a las instituciones de emergencia.
- Evacue de manera ordenada y segura, recurriendo al punto de reunión previamente establecido.

DISCAPACIDAD MOTORA

Persona con discapacidad:

- Manténgase informado acerca de las condiciones climatológicas, para considerar medidas de prevención en caso de presentarse una emergencia.
- Si es posible, evacue de manera ordenada a las zonas seguras previamente establecidas, en caso de requerir ayuda para la